



Geliş Tarihi (Received): 6.08.2023

Kabul Tarihi (Accepted): 31.10.2023

Derleme Makale / Review Article

Bütüncül Yaklaşımla Reiki ve Hemşirelik: Bir Literatür Derlemesi
Reiki and Nursing with a Holistic Approach: A Literature Review

Fatma Gönül BURKEV¹ 

¹ Uzman Hemşire, Kayseri Şehir Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Kayseri, TÜRKİYE

Yazışmadan sorumlu yazar: Fatma Gönül BURKEV; fatmaburkev@gmail.com

Alıntı (Cite): Burkev FG. Bütüncül Yaklaşımla Reiki ve Hemşirelik: Bir Literatür Derlemesi
YBH dergisi. 2024;4(1):231-249.

Özet: Reiki günümüzde her kesimden insanın benimsediği, bedensel, ruhsal ve zihinsel dengenin sağlanması ve hastalıkların tedavisini desteklemek amacıyla kullanılan reiki, hemşirelikte Nightingale ile başlayan bütüncül bakım uygulamaları arasında uzun süredir yer almaktadır. Hemşirelerin bu bağlamda reiki uygulaması ve semptom yönetiminde önemli rolleri bulunmaktadır. Bu derlemede amaç bütüncül perspektifte Reiki ve hemşirelik ile ilgili literatürü incelemektir. Araştırma verileri Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi, PubMed ve Dergipark veri tabanlarında “Reiki” ve “Hemşirelik” anahtar kelimeleri kullanılarak literatür taranmıştır. Tarama sonucunda randomize kontrollü 6 çalışma ve 1 meta-analiz çalışması belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde hemşirelik alanında kanser tanısı olan bireylerin bakım verenlerinde stres yönetiminde, hemodiyaliz tedavisi alan bireylerde yorgunluk yönetiminde, abdominal histerektomi olanların ağrı yönetiminde ve yaşam kalitelerinin iyileştirilmesinde, kanser hastalarında yorgunluk ve ağrı semptomlarının yönetiminde uygulandığı görülmüştür. Reiki ile ilgili araştırmacılar tarafından yüksek kanıt düzeyli çalışmaların yapılması ve sağlık profesyonelleri tarafından bu kanıtların uygulamalara yansıtılması önerilmektedir. Bu bağlamda hemşirelerin Reiki 'yi öncelikle birebir uygulamaları, hemşirelik girişimlerine entegre edilmesi, hem hemşirelerin hemde hastaların sağlık göstergelerinin iyileşmesine yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Sağlık hizmeti sunan kurumların Reiki 'yi hizmet içi eğitimler düzenleyerek uygulamalarda yer vermesi, bakım uygulamalarının geliştirilmesini, klinikte yaygın olarak kullanılması, bakım hizmetine olan memnuniyeti ve kalite standartlarının yükselmesine katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: Reiki; Bütüncül Sağlık; Bütüncül Hemşirelik; Hemşireler

Abstract: Reiki, which is adopted by people from all walks of life today and is used to ensure physical, spiritual and mental balance and to support the treatment of diseases, has long been among the holistic care practices in nursing, starting with Nightingale. The role of nurses in Reiki application and symptom management is important. The aim of this review is to examine the literature on Reiki and nursing from a holistic perspective. Research data were scanned in the Council of Higher Education National Thesis Center, PubMed and Dergipark databases with the keywords "Reiki" and "Nursing" and 6 randomized controlled and 1 meta-analysis study were identified. In the literature, it has been applied to fatigue, pain and stress in caregivers in nursing, fatigue in hemodialysis, pain management and quality of life in abdominal hysterectomy patients. Researchers, through high-level evidence studies, recommend that healthcare professionals include Reiki in their practices. If nurses apply Reiki first and integrate it into interventions, the health level of nurses and patients will improve, and health institutions' provision of in-service training will contribute to the development and dissemination of care, satisfaction in care and high quality standards.

Key Words: Reiki; Holistic Health; Holistic Nursing; Nurses

Giriş

Tamamlayıcı ve destekleyici uygulamalar kişilerin daha sağlıklı ve uzun yaşama, bütüncül iyilik durumunu artırma, tedavilerin komplikasyonlarını azaltma, bağışıklık sistemini güçlendirme ve enerji gibi ihtiyaçlarının karşılanması yönüyle tedavilere destek olarak bakımı güçlendiren yaklaşımlardır.⁽¹⁻³⁾ Dünya genelinde enerji (Biyolojik-alan) terapileri, tarih boyunca tüm kültürlerde varlığını sürdüren ve bireylerin biyo-alanı ile etkileşim kurmak için uygulanan girişimlerdir.⁽⁴⁻⁶⁾ Enerji terapileri; teröpatik dokunma, biyoenerji, akupunktur, bioelektromanyetik bazlı terapiler, qigong, shiatsu, tai chi ve Reikidir.⁽⁷⁻⁹⁾

Reiki; enerjinin kanalize edilerek uygulayıcıların dokunuşlarını kullandığı iyileştirme terapisi olarak adlandırılmaktadır. Reiki parasempatik sinir sistemi aktivasyonu ile nabız, solunum ve kan basıncı değerlerinde düşme, strese azalma, yara iyileşmesi, immünoglobulin A (IgA) düzeylerinde artma, uyku sorunlarında iyileşme, ameliyat sonrası ağrıda ve kortizol salınımında azalma gibi etkiler oluşturmaktadır. Reiki ağrı üzerine fizyolojik etkisi endorfin salınımı ve “kapı kontrol teorisi” ile ilişkilendirilmektedir. Reikide kapı kontrol teorisi; cilt uyarılması ile a-beta kalın duyu liflerinde uyarı oluşturur ve ağrı mesajları taşıyan küçük çaptaki liflerinde baskı sonucu ağrı sinyallerinin iletiminde baskılanma gerçekleşmektedir. Endorfinler, morfin türevleri olan dinorfin ve ensefalinlerin salgılanması ağrılı uyaranları engelleyerek hipotalamusun uyarılması sonucu rahatlama görülmektedir. Reiki uygulaması ile bireylerin bütüncül sağlık durumunun iyileşmesinde hemşireler önemli rol üstlenmektedirler.⁽¹⁰⁾ Hemşirelik bakımında Reiki’nin bütüncül yaklaşımla yer alması bireylerin ruhsal ve fiziksel gereksinimlerinin karşılanmasını sağlamaktadır.⁽¹⁻³⁾

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde Reikinın sağlıklı bireylerde, kanser ya da kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOAH) tanısı olan bireylerde, hemodiyaliz tedavisi alan bireylerde, palyatif bakım alan bireylerin bakım verenlerinde, ağrı, yorgunluk, stres ve uyku

problemleri gibi semptomların yönetiminde ya da sağlığın geliştirilmesinde ve konforun iyileştirilmesinde uygulandığı görülmüştür. ^(1-3,10-14) Bu çalışma ile alan yazında Reiki'nin uygulama yöntemleri, nasıl işlerlik gösterdiği, hemşirelik bakımına entegrasyonu ile hemşirelik eğitimlerinde yer verilmesinin sahada uygulanabilirliğinin artırılması açısından yol gösterici olacak ve literatüre katkı sağlayacaktır. Bu çalışmada bütüncül yaklaşımla reiki ve hemşirelik ile ilişkili literatürü incelemek amaçlanmaktadır.

Reiki Tanımı

Reiki sözcük olarak Japonca olup; Rei kelimesi anlam olarak “her yerde varolan” ; Ki ise “ruhsal yaşam enerjisi” olarak tanımlanmaktadır.⁽¹⁵⁾ Reiki bedenin enerji akışında oluşan blokaj ve tıkanıklık sonucu yaşanan hastalık veya dengesizlik durumunda bir reiki uygulayıcısı tarafından eller kullanılarak bu blokajın kaldırılması ve iyileşmenin sağlanması amacıyla kişiye yakından yada uzaktan evrensel enerjinin aktarılmasıdır.⁽¹⁷⁾ Reiki yalnızca hastalık durumlarında değil, her zaman uygulanabilen bireyin bedensel, zihinsel ve ruhsal dengesini düzenleyen iyileştirme yöntemlerinden biridir.^(18,19) Uygulayıcı ellerini uygun pozisyonda vücuda yaklaştırdığında veya uzaktan uygulamalarda kişiyi düşüncesinde canlandırdığı zaman enerji akışı kendiliğinden başlamaktadır. Kişinin ihtiyacına göre aktarılan enerji şekil almaktadır.⁽¹⁹⁻²¹⁾

Reiki' nin Tarihçesi

Şifa enerjisi olan Reiki eski antik dönemden günümüze kadar olan süreçte Japonya'da yüzyıllar önce Tibet'te uygulanarak kullanımı yayılmıştır. Hipokrat ise bu enerjiyi ‘biyoenerji’ olarak ifade etmiştir. Reiki 19. yy. 'da Budist bir rahip Dr. Mikao Usui tarafından bir tedavi yöntemi olarak yeniden keşfedilmiştir. Usui' nin öğrencilerinden Chujiro Hayashi'den Hawaya Takata isimli bir Amerikan Reiki' yi öğrenmiş ve 1930' lu yılların sonunda batı kültürüne tanıtmıştır. ABD'de beden şifa yöntemi ve Reiki olarak New Age hareketiyle kendi kuramıyla birleştirilerek Dünya'ya yayılmıştır.^(18,22-24) 1991 yılında ABD'de kurulan Ulusal Tamamlayıcı ve Bütünleşik Uygulama ve Alternatif Tıp Merkezi (National Center Complementary Alternative Medicine/ NCCAM) kategorilerine göre biyo-alan enerji terapileri olarak sınıflandırılmıştır.^(25,26)

Reiki'nin yayılma sürecinden etkilenen ülkelerden birisi de Türkiye'dir. Türkiye'de 1980'lerde Muhsin Doğrular ile geldiği, özel ve resmî kurumlarda ilk uygulama; Yücel (2007)'in yapmış

olduğu yüksek lisans tezinde belirtilmektedir. Türkiye’de kurumlaşan bu Reiki merkezlerinin yanı sıra bireysel olarak hiçbir derneğe bağlı kalmaksızın Reiki eğitmenliği yapan kişilerden bazıları; Prof. Dr. Sabire Yurtsever, Tacettin Ocak, Esin Uzer Mine Dural, Dr. Tülay Özkılıç, Gülden Serin, Murat Aydın, Tuğrul Kaynak. Reiki uygulamaları yapan bu isimlerden başka kişilerde bulunmaktadır. ^(18,27)

Reikinın Uygulama Prensipleri

Vücudumuzda bulunan çakra merkezleri; enerji düğüm bölgeleri olarak vücudu çevreleyerek aura olarak adlandırılan manyetik enerji alanını oluşturmaktadır. ^(5,19) Aura elektrik alanlarındaki dalgalar, renk çeşitliliği oluşturan salınımsal frekanslardır. Bu frekanslar çakralarla da birebir ilişkilidir. Frekans alanları yükseldikçe, farkındalık ve kendimizi koruma alanımız yükseliş gösterir. ^(5,20) Aura tabakaları bir koruma kalkanı oluşturduğu için ne kadar zayıf olursa o boyutta istenmeyen enerjileri toplayabilmekte ve enerji alanımızda daralma meydana getirerek hastalıkların ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Hastalıklar gibi şifalanmada aurada başlar fiziksel bedene doğru ilerler. Aura renklerine aşağıda yer verilmiştir. ^(5,20)

Aura renkleri;⁽²⁸⁾

Koyu-Kırmızı: Canlı, güç, dayanıklılık, gerçekçi, çalışkan,

Kırmızı: Heyecan, enerji, rekabet, irade-gücü, galip,

Turuncu: Üretkenlik, yaratıcı ifade, maceraperest

Turuncu-Sarı: Ayrıntı odaklı, mantıklı, bilimsel, analitik, entelektüel,

Sarı: Yaratıcı, oyuncu, entelektüel, meraklı, aktif, neşeli, rahat

Yeşil: Doğal, hızlı düşünen, öğretmen, konuşkan, sosyal

Koyu-Yeşil: hedef-odaklı, hızlı düşünen, konuşkan, sosyal, organizatör

Mavi: Sevecen, sadık, huzurlu, besleyici, şefkatli, yardımsever

İndigo: Açıklık, sakinlik, sevecen, sadık, içine kapanık, sanatsal

Mor: Sezgisel, sanatsal, vizyon sahibi, teorisyen, karizmatik, modern, yenilikçi

Beyaz: Üstünlük, hayal gücü, dönüşüm

Aura tabakaları sese, havaya, yiyeceklere, uyuma, kaosa, çevresel şartlara ve güçlü insanlara duyarlıdır. Aurada ruh haline göre sürekli değişen renkler vardır. Bedene yakın olanlar daha yoğundur. Dışarıya doğru uzaklaştıkça incelirler. Renklerin parlaklığı ruhun ne kadar gelişmiş olduğuna bağlıdır. Genç bir insanda kırmızı alan daha geniş, eflatun ise daha dardır. Birey olgunlaştıkça onu dünyaya bağlayan kırmızının yoğunluğu azalır. Yerini eflatun rengin aldığı görülür. Ölümden sonra ruhun geçiş yaptığı dönemde kırmızı hemen hiç yoktur. Aura tamamen eflatundur.^(5,20,28,29)

Çakralar

Çakralar, ağız geniş bedene yaklaştıkça daralan ince uzun daralan huni şekline benzer ve yüksek frekanstan gelen enerjileri bedene aktarma görevi bulunur. Ana çakra merkezleri vücudumuzda omurga boyunca sıralanmaktadır.⁽²⁹⁾ Çakraların her biri endokrin sisteminde bulunan hormonların salınımını kontrolünü sağlayan bir salgı bezi ile ilişkilidir. Enerji merkezleri, kuvvetli elektrik alanları oluşturur ve çakraların tıkanmalar oluşursa çeşitli rahatsızlıklar meydana gelmektedir. Vücutta 7 ana çakra bulunur.^(30,31)

Birinci Kök Çakra (Kırmızı renk): Koksiks üzerinde olup, böbrek üstü bezlerini ve vücut sıvılarının kimyasal yapısını kontrol eder. Kalın bağırsak, pelvis kemiklerine, bacaklara ve ayaklara enerji sağlamaktadır.⁽³²⁾ Dolaşım ve sinir sistemlerinin fonksiyonlarının çalışmasında görevlidir. Çakralarda herhangi bir tıkanıklık oluştuğunda konstipasyon, obezite, siyatik sinir ağrısı, artrit, eklem hastalıkları, iştahsızlık ve intihar gibi sağlık sorunları görülmektedir.⁽³¹⁾

İkinci Sakral Çakra (Turuncu renk): Karın bölgesinde göbek deliği altında yer alır. Mesane, üreme organları, kan, böbrekler, sindirim sistemi sıvıları gibi bazı vücut sıvıları, pelvis ve bağırsaklara enerji sağlamaktadır.⁽³²⁾ Çakra tıkanıklığında cinsiyete ilişkin problemler, özgüven eksikliği, duygusal katılık ve üreme organları rahatsızlıkları gelişmektedir.⁽²⁰⁾

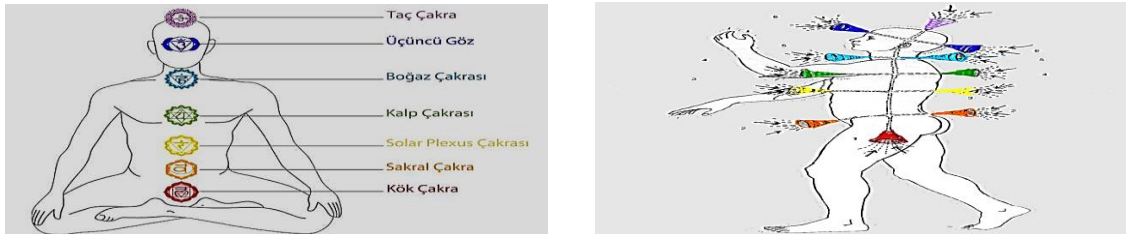
Üçüncü Solar Pleksus Çakra (Sarı renk): Göğüs bölgesinin altı ve göbek deliğinin üstünde yer alan mide çakrasıdır. Özsaygının, benliğin, kendini değerli kılmanın, gücün enerji merkezidir. Pankreası etkileyerek insülin salınımında görev alır, kan şekeri dengesini ve karbonhidrat metabolizmasının kontrolünü sağlar. Çakra tıkanıklığı oluştuğunda diyabet, organlarda hastalıklar ve bağımlılık gelişmektedir.^(32-34,36,37)

Dördüncü Çakra (Kalp Çakrası/ Yeşil veya Pembe renk): Göğüslerin ortasındadır. Sevginin ve ilişkilerin enerji merkezidir. Çakra tıkanıklık durumunda akciğer kanseri, damar tıkanıklıkları, fibrokistler, kalp ve bağışıklık sistemiyle ilgili hastalıklar görülebilir.^(19,32,36,37)

Beşinci Boğaz Çakrası (Açık Mavi): Çakra iletişim, ifadeler ve isteklerin ana enerji merkezidir. Tiroid ve paratiroid hormonlarının salınımını etkiler. Çakranın tıkanıklığında boğaz çakrasını etkileyen hastalıklar ve kişiler arası iletişimde bozulmalar görülür. (20,32,36,37)

Altıncı Alın Çakrası (Üçüncü Göz/Mavi Renk): Çakra alın üzerinde yer alır, sezgi ve ruhsal durumlarda ana enerji merkezidir. Hipofiz bezini etkileyerek büyümeyi ve metabolizmayı düzenleyen hormonları salgılamaktır. (5,32) Tıkanıklık oluştuğunda unutkanlık, ruhsal gelişimi reddetme gibi davranışlar, algısal bozukluklar ve baş ağrıları gelişir. (34,36-37)

Yedinci çakra (Taç-tepe çakra/Beyaz-Altın-Menekşe rengi): Başın tepe kısmında bulunmaktadır. Spritüel ilişkilerin enerji merkezidir, epifiz salgı bezini etkilemekte, melatonin ve seratonin hormonları üzerine etkilidir. Çakrada herhangi bir tıkanıklık geliştiğinde depresyon ve uyku sorunları görülebilir. (31,32,35,36)



Şekil.1. Çakralar ve görünüşleri^(42,43)

Reiki Uygulama Adımları

Reiki doğal şifa enerjisi olup uygulayıcısının ellerinden güç ile konsantre bir doğrultuda akmaktadır. Gerekli olan koşul öğrenen kişiye yetkili bir Reiki üstadının güç aktarımı ve inisiyasyonudur (el verme). Her birey bu evrensel yaşam enerjisi ile doğar, geçen zaman içerisinde bedenlerinde ki enerji kanallarının çalışma mekanizması bozulabilir. Reiki bozulan bu enerji akışını dengelemektedir. (18,39) **Reiki, bireylerin kıyafetleri çıkartılmadan, bandaj ve alçıların üzerinden uygulanabilmektedir.** Şifacı sadece bir kanal görevindedir, şifacıdan bir enerji aktarımı olmamakla birlikte şifacıda enerjiyle zenginleşmektedir. (18,48) Reiki uygulamasında enerji akışını kolay olması için bireyin reiki uygulayıcısına izin vermesi gerekmektedir. Bireyin reiki uygulanabilmesi için Reiki' ye inanıyor olması gerekmez. Reiki tıbbi tedavileri desteklemek amacıyla; hekim, hemşire, fizyoterapist, hasta bakıcı gibi meslekler tarafından uygulanmaktadır. (19,39) Reiki' nin uygulamasına yönelik özellikler;^(18,38)

1. Reiki şifacısı tarafından insiyeye (el verme) edilen bireyin vücudundaki enerji kanalları açılarak, evrensel şifa enerjisinin bir aracına dönüşmektedir. Uyumlama bireye yeni bir şey

katmaz ve var olan gücü açığa çıkarmaktadır. Reiki uygulayıcısının öncelikle ruhsal yönde gelişim ve arınma sağlayabilmesi için eğitim alması gerekmektedir. Enerjiyle iletişime geçilmesi için önce ellerin kendinin ve başkasının üzerine konulması gerekir, böylelikle enerji otomatik bir şekilde akmaya başlayacaktır.

2. Enerji yoğunluğunun alıcının ihtiyacı oranındadır ve güç gerektirmez. Eller gerekli pozisyonlara göre bedene dokundurulduğunda Reiki otomatik olarak akışa geçer, şifacının ellerini dikkatli yerleştirerek gevşemesi önemlidir. Alıcının Reikiyi almasında kıyafetler önemli değildir. Reiki her durumda insiye edilebilir. Ancak şifacı ve alıcı arasında enerji akışını aksesuarların yavaşlatması nedeniyle çıkarılmalıdır. Şifacı evrensel enerjiyi yönlendirerek, alıcı ile kaynak arasında kanal görevi görür, şifalanma alıcıya bağlıdır. Bu uygulamada üç taraf bulunur; alıcı, şifacı, enerjidir. Şifacı burada sadece aracıdır, bireyin ihtiyacı doğrultusunda enerji kendiliğinden akış gösterir.
3. Kişiye kanal olduğunda şifacıdan enerji azalmaz, olumsuz etkilemez. Alıcının negatif duygu ve acıları şifacıya geçmez, enerji tamamen pozitifdir. Aynı zamanda alıcıya da negatif enerji akışı olmaz. Her varlıkta yaş fark etmeksizin(bitki, hayvan gibi) etkilidir ve uygulanabilir. Reiki yolu bir kez açıldıktan sonra artık ortadan kalkmaz, kullanılsa da aynı seviyede kalır, kullanıldıkça şifa enerjisi artar. Reiki tek olarak ya da tıbbi tedaviye ek olarak hastalıkların iyileşmesinde kullanılır. İlaç tedavisini etkilemez, iyileşmeye destek olur. Reiki uygulayıcısı belirli bir hastalığın kesin tedavisinin olacağına ve belirli bir sonuca varılacağına dair söz veremez. Bireyin acısını azaltma, kanamayı durdurma ve iyileşmeyi hızlandırmada etkilidir.
4. Reiki yalnızca kendisine, yakınındaki ve aynı zamanda uzaktaki kişilere gönderilebilmekte, zamansal ve mekânsal sorunu yoktur. Reiki herhangi bir din veya inançla bağlantısı yoktur. Evrenselliği güçlendiren her dine mensup insanlar tarafından uygulanabilir. Tüm seviyelerde tedavi edici olup, fiziksel, ruhsal ve zihinsel yönden bireyi geliştirir ve iyileştirir.

Reiki Eğitim Aşamaları ve Uygulama Yöntemleri

Reiki bir reiki üstadından doğrudan aktarım yoluyla öğrenilmektedir. Reiki uygulaması yapabilmek için doğuştan gelen bir şifa yeteneğinin olması ve uyumlama süreci gereklidir. Uyumlama reiki ustası tarafından enerji kanalları açılarak sağlanır. ^(40,41)

1. Aşama Reiki (Sho den) Eğitimi: Reikinin tarihi, uygulamanın önemi, etik önemliliği, ana tedavi seansında el pozisyonlarının kullanımı ve uygulanma öğretilmektedir. (5,24,41,42) Bu aşamada Reiki' ye uyumlama, kişinin kendi kendine ve başkalarına dokunarak tedavi edebilme yeteneği kazanır. İkinci aşamaya geçiş için en az 3 ay pratik yapılması gereklidir. (41)

2. Aşama Reiki (Oku den) Eğitimi: Reiki' ye uyumlama, uzaktan şifa için zihinsel olarak belirli semboller kullanılması yeteneği kazandırmaktadır. (4,34) Kullanılan semboller zihin yoluyla enerji transferi yapabilmeyi, uzağa Reiki gönderimi yapmayı, enerjinin gücünde artma ve duygusal şifaya odaklanma sağlamaktadır. (5,24,42,43)

3. Aşama Reiki (Shinpi den) Eğitimi: Reiki uygulayıcısının ulaşacağı en yüksek enerji seviyesi olup, birkaç aşamadan oluşmaktadır. Eğitim alan uygulayıcı Reiki öğretimi ve uyumlama (inisiyasyon) yapma sürecine hazırlık ve eğitim süreci yaklaşık olarak bir yılda tamamlanır. Bu eğitim süresinde uygulayıcı adayı uygulama deneyimi kazanarak, Reiki'yi yaşam biçimi haline getirmeye çalışmaktadır. (5,24,41-43)

Reiki Uygulama Yöntemleri

Reiki uygulamaları kendilerine ve başka bireylere olmak üzere iki şekilde gerçekleştirilir; (18,46)

1.Kendi Kendine Uygulama

Reiki eğitim aşamalarında 1. Aşama eğitimi alan bireyler uygulayabilmektedir. Uygulamada ilk gözler, kulaklar, başın arka bölümü, ense ve göğüs, karın boşluğu kasıklar, dizler ve ayak bilekleri ve ayak tabanına dokunularak her pozisyonda 3-5 dakika eller tutulmalıdır. Vücuttaki sıkıntılı organ varsa pozisyonlara dahil edilerek 10-20 dakika kişinin kendini iyi hissedinceye kadar süre uzatılabilir. (18,46)

2. Başkalarına Reiki Uygulama

Enerji uygulanacak kişiden önce izin alınmalıdır. Kendi kendine reiki uygulaması ile arasında fark bulunmamaktadır. Başkalarına uygulama yaparken eller dışarı yöneltilerek uygulanır. Uygulayıcı ve uygulanan kişi el ve ayaklarını çapraz pozisyona getirmemesine, uygulama esnasında alıcının mahremiyetine dikkat edilmelidir. Alıcı üzerinde kalp-göğüs ve genital bölgelerde eller temas etmeyecek şekilde üstte tutulmasına özen gösterilir. (18) Reiki gruplar, hayvanlar, bitkiler ve diğer canlılara uygulanabilmektedir. (18,46)

a. Gruplarla Reiki Uygulama

Reiki uygulayıcılarının düzeyi en az birinci aşama düzeyinde, uygulayıcı sayıları ise en az iki, en fazla sekiz ve dokuz kişi olabilmektedir. Gruplarda şifalanmada her bir uygulayıcı pozisyonuna önceden karar verilmekte ve eller alıcının üzerinde tutulmaktadır. Grup lideri onay verdikten sonra pozisyonlara eller konumlandırılır ve sıralamada grup lideri takip edilerek ilerlenir. Grup liderinin uygulamasının bittiğinde grup üyeleri de ellerini aynı anda alıcının üzerinden çekerler. ^(18,46)

b. Hayvanlar, Bitkiler ve Diğer Canlılara Reiki Uygulama

Reiki kullanım alanı oldukça geniş alanda yer almaktadır. Hayvanlardan evcil olanlara doğrudan, vahşi olanlara ise dolaylı (kafes ve barınaklarına) olarak uygulanabilir. Hayvanlara uygulanan reiki ile insanlara uygulanan reiki arasında fark bulunmamaktadır. ⁽¹⁸⁾ Reiki hayvanlarda olduğu gibi bitkilere de saksı içine veya üzerine uygulanabilmektedir. ^(18,46)

Reikin Hangi Durumlarda Uygulanmamalıdır?

Bireylerde, kan şekeri ölçümü yapılmadan uygulanmamalıdır. Kalp pili olan hastalara uygulanmamalıdır. Reiki ameliyat öncesi ve sonrasında, cilt yanıkları, kas yırtılmaları ve varis olan bireylerde direkt temas etmeden eller biraz yukarda tutularak uygulanır. Gebelikte herhangi bir kanama durumu yoksa uygulanabilir. ⁽¹⁸⁾

Reiki ve Hemşirelik

Enerji terapileri hemşirelik mesleğinde bütüncül bakımın temelini atan Nightingale ile girişimlerde yerini almış, Rogers ve Watson yeniden kavramsal çerçevesini oluşturmuşlardır. Martha Rogers teorisinde Reiki'yi; her bireyin etrafını çevreleyen ve çevre ile sürekli etkileşim içinde bir enerji alanı olduğunu ve bunun güçlendirilmesinin sağlık kapasitesinin en üst düzeye çıkarabileceğini ve bunu hemşirelik uygulamaları ile gerçekleştirilebileceği şeklinde belirtmiştir. ⁽⁴⁶⁾ Enerji alanlarını güçlendirirken hemşirenin en önemli rolü; insanın çevresi ile arasındaki var olan senfonik etkileşimi sürdürmek ve gerektiğinde enerji alanının yeniden düzenlemektir. ⁽⁴⁷⁾ Watson'un İnsan Bakım Kuramı 'nda; hemşire bireyin ancak varoluş veya hayat alanına girebildiğinde bakım başlamaktadır. Böylelikle hemşire, bireyin ruhsal durumunu belirler, hisseder ve tepkiler oluşturur. Kişiye özel bu tepki ile uzun zamandır açığa çıkmamış olan duygu ve düşünceler açığa çıkar. Hemşire ile birey arasında bakımda öznel bir akış bulunur. Böylelikle hemşire ve bireyin fiziksel varlığın ötesinde varoluşsal alanları birleşir, bakım ve iyileşme alanına dönüşmektedir. ^(48,49) Kuramcılar tarafından çevresel ve insan enerji alanları bir etkileşim içindedir, hemşirelik girişimleri ve eğitimlerinde bireylerin enerji ve

alanlarına yer verilmesi gerektiğini savunmaktadırlar. Reiki bütüncül hasta bakımının işlerlik kazanmasında temeli oluşturan enerji temelli uygulamadır. ^(47,49,50),

Bütüncül hemşirelik yaklaşımları bireyin rahatlaması ve çevresiyle uyum sağlamasında önemlidir. Hemşireler tarafından enerji terapileri modellerle entegre edilmiştir. Reiki uygulamaları ile ağrı, depresyon, anksiyete ve yorgunluk gibi çeşitli semptomlara iyi geldiğini belirleyen çalışmalar terapilerin geçerliliği doğrulamaktadır. ^(28,50-52) Amerika Holistik Hemşireler Birliği (AHNA)'de Reiki'yi geçerli bir hemşirelik girişimi olarak öz bakım ve hasta bakımında uygulanmasını onaylamaktadır.⁽⁵³⁾ Ayrıca Amerikan Ulusal Sağlık Enstitüsü (NIH), Ulusal Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi (NNCAM) tarafından sağlık profesyonellerinin yetiştirilmesinde okul müfredat programlarında integratif anlayışın yerleştirilmesi ve lisans düzeyinde eğitimler verilmesi teşvik edilmekte, integratif ve holistik hemşire koçluğu gibi sertifika programları düzenlenmektedir.⁽⁵²⁾ Bağımsız hemşirelik uygulamaları içerisinde yer alan Reiki hastalıkların önlenmesi, sağlığın korunması ve geliştirilmesinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu bakımdan hemşirelerin holistik uygulayıcılar olarak eğitilmeleri önem taşımaktadır. Bu nedenle sağlık bakım hizmetlerinin bireyin fiziksel, mental ve sosyal ihtiyacının karşılanması, sağlığın korunması ve geliştirilmesine odaklı olması gereklidir. Sağlık profesyonellerinin tamamlayıcı destekleyici uygulama liderlerinin işbirliği ile eğitimde tamamlayıcı ve destekleyici uygulamaların müfredata alınması ve organizasyonunun gerekliliği yapılan çalışmalarda da belirtilmektedir. ⁽¹⁸⁾ Türkiye'de sağlık profesyonelleri yetiştiren okulların müfredatında integratif temelli bir müfredat çalışması henüz başlanmamıştır. Lisans ve lisansüstü eğitimlerde ders içindeki konu başlıklarında ve bağımsız seçmeli ders olarak verilmektedir. İntegratif anlayışın geliştirilmesi için; sağlık profesyonellerinin eğitiminde hastanın iyilik halinin geliştirilmesine yönelik integratif bakım yaklaşımı ve modellerinin geliştirilmesi, müfredat programının bu doğrultuda oluşturulması, fiziksel, idari ve yasal düzenlemelerin bu doğrultuda yapılması, maddi desteğin sağlanması, hastanın tedavi süresinde güvenilirliğin sağlanması gereklidir. ⁽¹⁸⁾

Reiki Yöntemi ile İlgili Ulusal ve Uluslararası Çalışma Örnekleri

Literatürde Reiki ile ilgili ruhsal rahatsızlık, böbrek yetmezliği nedeniyle hemodiyaliz tedavisi gören ve kanser hastalığına sahip bireylerde ağrı, stres, yaşamsal bulgular, konfor düzeyleri ve yorgunluk üzerine etkisinin incelendiği çalışmalar vardır.

Doğan'ın 2018 yılında yaptığı bir meta-analiz çalışmasında; 212 katılımcıyı içeren 4 randomize kontrollü çalışma incelenmiş, Reiki' nin ağrıyı gidermede etkili bir yaklaşım olduğu

belirlenmiştir.⁽⁵³⁾ Özcan ve Taşcı tarafından (2021) yapılan Reiki'nin kanserli hastalara bakan bireylerin stres düzeylerine etkisini değerlendirmeyi amaçlandığı çalışmada; tedavi gören kanser hastalarına birincil bakım veren kadınlarda, Reiki ve Sham Reiki gruplarına randomizasyon yapılmıştır. Reiki grubu 6 hafta boyunca haftada bir 45 dakika boyunca dokuz ana noktaya Reiki alırken, Sham Reiki grubu aynı süre boyunca enerji akışına başlamada Sham Reiki grubundaki bakıcılara göre sistolik ve diyastolik kan basıncı ve nabız hızı değerleri her uygulamadan önce ve sonra azaldığı belirlenmiştir. Bakım verenler seanslardan sonra bakım sürecini daha az stresli bulduklarını ve terapi öncesine göre rahatladıklarını, bazı fiziksel şikayetlerinin azaldığını belirtilmektedir.⁽⁵⁴⁾ Hemodiyaliz hastalarında yapılan bir çalışmada; hemodiyaliz gününden bir önceki gece olmak üzere, 4 hafta boyunca haftada 3 kez 36-40 dk süre ile uzaktan reiki uygulanmıştır. Kontrol grubuna herhangi bir girişim uygulanmamıştır. Reiki uygulanan grubun yorgunluk düzeylerinin azaldığı ve konfor düzeylerinin arttığı belirlenmiştir.⁽⁵⁵⁾ Ferraz ve ark.(2017)'lerinin yaptığı bir meta-analiz çalışmasında Reiki ve dua meditasyonunun ağrıyı azaltmada etkili olduğu belirlenmiştir.⁽⁴⁸⁾ Reiki'nin ruh sağlığı bakımında etkilerini inceleyen 11 çalışmayı içeren sistematik derlemede, Reiki'nin olumlu etkilerinin olduğu saptanmıştır.⁽⁵⁶⁾ Bondi ve arkadaşlarının (2021) Reikinin ağrı üzerine etkisini incelediği çalışmada; antepartum, intrapartum, postpartum, jinekolojik ve onkolojik nedenlerle hastaneye gelen kadınlarda ağrı skoru 3.24'ten 1.52'ye düşerek kadınların %92'sinde ağrı azalma olduğu saptanmıştır.⁽⁵³⁾ Uti ve Yağmur (2022)'nin yaptıkları çalışmada reiki ve sırt masajının kadınlarda ağrı ve yaşam belirtileri üzerindeki etkileri çalışmada abdominal histerektomi yapılan kadınlarda Reiki sonrası ağrı, analjezik kullanımı ve yaşam belirtilerinin azaldığı belirlenmiştir.⁽¹⁰⁾ Uti ve ark.(2023)'nin yaptıkları çalışmada ise palyatif bakım alan kanser hastalarının ağrı ve yorgunluk düzeylerine akupunktur veya reiki etkisini inceledikleri çalışmada akupunktur veya reiki müdahalelerinin ağrı, analjezik kullanımı ve yorgunluk düzeylerini azalttığı, rutin hemşirelik bakımında kullanılabileceği, palyatif bakım alan üçüncü ve dördüncü evre kanser hastalarında ağrı ve yorgunluğu azaltmada etkili hemşirelik girişimleri olduğu bulunmuştur.⁽⁵⁷⁾

Sonuç ve Öneriler

Derlememizin sonucunda Reiki uygulamasının, kanser tanısı olan bireylerin yorgunluk ve ağrı semptomlarının yönetiminde ve bakım verenlerin stres yönetiminde, KOAH tanısı olan bireylerin solunum fonksiyonlarının iyileşmesinde, hemodiyaliz tedavisi alan bireylerin yorgunluk yönetiminde, abdominal histerektomi operasyonu olan kadınların ağrı yönetiminde ve yaşam kalitelerinin iyileştirilmesinde uygulandığı görülmüştür. Reiki ve hemşirelik ile ilgili

kanıt temelli çalışmalar sınırlı sayıdadır. Reiki ile ilgili araştırmacılar tarafından yüksek kanıt düzeyli araştırmaların yapılması ve bu çalışma sonuçlarından elde edilen kanıtların sağlık profesyonelleri tarafından uygulamalara yansıtılması önerilmektedir.

Reiki uygulamasının hemşirelik eğitiminde lisans ve lisansüstü eğitim programlarına entegre edilmesi önerilmektedir. Ayrıca sağlık profesyonellerine ve özellikle hemşirelere reiki ile ilgili farkındalığı artırmak için eğitimler verilmesi önerilmektedir. Klinikte kanıtların hemşirelik girişimlerinde yer alması hastaların sağlık göstergelerinin iyileşmesine, hemşirelerin mesleki ve günlük yaşamlarında reikiyi birebir kendilerine de uygulamaları şifa bulmalarını böylelikle mesleki tükenmişlik yaşamadan uygulanan bakım kalitesinin artmasını sağlayacaktır.

Kaynaklar

- 1- Dişsiz G, Yılmaz M. Complementary and alternative therapies and health literacy in cancer patients. *Complement Ther Clin Pract*. 2016;23:34-9. doi: 10.1016/j.ctcp.2016.02.004.
- 2- Karakurum Göksel B, Coşkun Ö, Ucler S, Karatas M, Ozge A, Ozkan S. Use of complementary and alternative medicine by a sample of Turkish primary headache patients. *Agri*. 2014; 26(1): 1-7. doi: 10.5505/agri.2014.04909.
- 3- Gözüm S, Tezel A, Koc M. Complementary alternative treatments used by patients with cancer in eastern Turkey. *Cancer Nurs*. 2003; 26(3): 230-6. doi: 10.1097/00002820-200306000-00010.
- 4- Sağkal T, Eşer İ. Hemşirelikte yeni bir uygulama: reiki dokunma terapisi. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*. 2011;4(1):182-187. doi: 10.5455/spatula.20131027113423.
- 5- Erdoğan Z, Çınar S. Reiki: eski bir iyileştirme sanatı-modern hemşirelik uygulaması, *Kafkas Tıp Bilimleri Dergisi*, (2011); 1(2): 86-91. doi:10.5505/Kjms.2011.70288
- 6- Movaffaghi Z, Farsi M. Biofield therapies: biophysical basis and biological regulations?. *Complementary Therapies In Clinical Practice*. 2009; 15(1): 35–37. doi: 10.1016/j.ctcp.2008.07.001.

- 7- Moquin B, Blackman MR, Mitty E, Flores S. Complementary and alternative medicine (CAM). *Geriatr Nurs*. 2009 May-Jun;30(3):196-203. doi: 10.1016/j.gerinurse.2009.03.002. PMID: 19520231.
- 8- Borman P. Nöropatik ağrı tedavisinde tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemleri. *J PMR Sci*. 2009; 12(3):151-6.
- 9- Miles P, True G. Reiki-review of a biofield therapy history, theory, practice and research. *Altern Ther Health Med*. 2003; 9(2):62-72. PMID: 12652885.
- 10- Utli H, Yağmur Y. The effects of Reiki and back massage on women's pain and vital signs post-abdominal hysterectomy: A randomized controlled trial: The Effects of Reiki and Back Massage on Women's Pain and Vital Signs. *Explore (NY)*. 2022;18(4):467-474. doi: 10.1016/j.explore.2021.07.004.
- 11- Lipinski K, Van De Velde J. Reiki, Nursing, and Health Care. *Nurs Clin North Am*. 2020 Dec;55(4):505-519. doi: 10.1016/j.cnur.2020.06.018. PMID: 33131628.
- 12- Mahesh PA, Srikanth JN, Ananthakrishna MS, Parthasarathi G, Chaya SK, Rajgopal et al. Amelioration of quality of life and lung function of chronic obstructive pulmonary disease by pranic healing as adjuvant therapy: A randomised double-blind placebo-controlled pilot study. *Australasian Medical Journal*. 2017;10(8): 665.
- 13- Lama N. Effectiveness of Pranic Healing in Treatment of Insomnia: Case Series. *Journal of Karnali Academy of Health Sciences*. 2020;3(1):1-7. doi: [10.3126/jkahs.v3i1.28451](https://doi.org/10.3126/jkahs.v3i1.28451)
- 14- Tsuchiya K, Motoyama H. Study of body's energy changes in non-touch energy healing 1. Pranic healing protocol applied for a breast cancer subject. *Subtle Energies & Energy Medicine Journal Archives*. 2009;20(2):15-29.
- 15- Demir, M, Can G, Celek E. Effect Of Reiki On Symptom Management İn Oncology. *Asian Pacific Journal Of Cancer Prevention*, (2013); 14(8):4931-4933. doi:10.7314 / Apjcp.2013.14.8.4931

- 16-** Ceyhan, D., Tasa Yiğit, T. Güncel Tamamlayıcı Ve Alternatif Tıbbi Tedavilerin Sağlık Uygulamalarındaki Yeri. J DU Health Sci Inst ISSN: 2146-443X, 2016; 6(3): 178-189.
- 17-** Dürüst Sakallı G, Kara Ö. Use of complementary and integrative methods in the management of postoperative pain: A narrative literature review. Mediterranean Nursing and Midwifery.2022; 2(2): 84-93. doi:10.5152/MNM.2022.222346
- 18-** Başer M, Taşçı S. Kanıta Dayalı Rehberleriyle Tamamlayıcı Ve Destekleyici Uygulamalar. Ankara: Akademisyen Tıp Kitapevi.1. Baskı. Ankara. 2015; s:157-166
- 19-** Sagkal Midilli T, Ciray Gunduzoglu N. Effects of Reiki on Pain and Vital Signs When Applied to the Incision Area of the Body After Cesarean Section Surgery: A Single-Blinded, Randomized, Double-Controlled Study. Holist Nurs Pract. 2016;3 0(6): 368-378. doi: 10.1097/HNP.0000000000000172.
- 20-** Kaya Bayıroğlu E, Baş Durdu C, Balçık Çolak M. (2023). Ebelikte Geleneksel ve Tamamlayıcı Uygulamalara Bakış . Bütünleyici ve Anadolu Tıbbi Dergisi .2023; 4 (3):23-39 . doi: 10.53445/batd.1256165
- 21-** Vitale A. Reiki dokunma terapisi araştırmasının bütünleyici bir incelemesi. Bütünsel Hemşirelik Uygulaması. 2007;21(4):167-79; 180-81. Doi: 10.1097/01.hnp.0000280927.83506.f6.
- 22-** Herron-Marx S., Price-Knol F., Burden B., Hicks C. A Systematic Review of the Use of Reiki in Health Care. *Altern. Complement. Ther.* 2008;14:37–42. doi: 10.1089/act.2008.14108.
- 23-** Billot M, Daycard M, Rigoard P. Self-Reiki, Consideration of a Potential Option for Managing Chronic Pain during Pandemic COVID-19 Period. *Medicina (Kaunas)*. 2021;57(9):867. doi: 10.3390/medicina57090867.
- 24-** Gantt M, Orina JAT. Educate, Try, and Share: A Feasibility Study to Assess the Acceptance and Use of Reiki as an Adjunct Therapy for Chronic Pain in Military Health Care Facilities. *Mil Med*. 2020;185(3-4):394-400. doi: 10.1093/milmed/usz271. PMID: 31642490.
- 25-** Billot M, Daycard M, Wood C, Tchalla A. Reiki therapy for pain, anxiety and quality of life. *BMJ Support Palliat Care*. 2019 Dec;9(4):434-438. doi: 10.1136/bmjspcare-2019-001775.

- 26-** Rubik B, Muehsam D, Hammerschlag R, Jain S. Biofield Science and Healing: History, Terminology, and Concepts. Glob. Adv. Health Med. 2015;4:8–14. doi: 10.7453/gahmj.2015.038.suppl.
- 27-** Uğurlu İ. Batı'dan gelen doğu kökenli akımlar ve türkiye'deki faaliyetleri. [Yüksek Lisans tezi]. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2011.
- 28-** Andrews T. Renklerle Tedavi. Ökten T, çeviren. Arıtan Yayınevi; 2004. p:1-24.
- 29-** Dürüst Sakallı G, Kara Ö. Use of complementary and integrative methods in the management of postoperative pain: A narrative literature review. Mediterranean Nursing and Midwifery.2022; 2(2): 84-93. doi:10.5152/MNM.2022.222346
- 30-** Ergin, Ö. Uygulamalarla Reiki. 2'inci Baskı. Ankara: Yason Yayınları. 2019; s: 1-80.
- 31-** Omay, G. Evrensel Yaşam Enerjisi Reiki. 1'inci Basım. Hermes Yayınları, Ankara, 2020;(1):1-144.
- 32-** Demir M, Can G, Kelam A. Effects Of Distant Reiki On Pain, Anxiety And Fatigue İn Oncology Patients İn Turkey: A Pilot Study. Asian Pac J Cancer Prev,2015; 16 (12), 4859-4862. doi:10.7314 / Apjcp.2015.16.12.4859
- 33-** Cassidy N, Collins D, Cry KM. The effect of reiki on women's preoperative anxiety in an ambulatory surgery center J. Perianesth Nurs. 2010;25(3):196-198. doi:https://doi.org/10.1016/j.jopan.2010.04.046
- 34-** Stein D. Bir şifa sanatı kılavuzu Reiki esasları. Ertüzün S. çeviren. 5'inci Basım. Arıtan Yayınevi. İstanbul. 2019.
- 35-** Midilli, TS. Sezaryen ameliyatı sonrası gelişen ağrıda reiki uygulaması. Kanıta dayalı rehberleriyle tamamlayıcı ve destekleyici uygulamalar. 1'inci Basım Ankara: Türkiye: Akademisyen Kitabevi. 2015; 169-178.
- 36-** Terzioğlu F, Gençbaş D, Boztepe H, Doğu N, Akdeniz C, Yüceer B. Sezaryen sonrası kaygı ve depresyon: nonfarmakolojik kanıt temelli uygulamalar. DEUHFED 2022; 15(3): 395-401. doi: 10.46483/deuhfed.790640

- 37-** Abdurahman F, Payne N. Reiki practitioners' perceptions of the impact of the COVID-19 pandemic on the experience, practice and future of Reiki. *Complement Ther Clin Pract.* 2022;46:101530. doi: 10.1016/j.ctcp.2021.101530.
- 38-** Doı H. Reikinın Temelleri. Tuğfan Göbekçin T. çeviren. İzmir. Ege Meta Yayınları. 2005; s:1-223.
- 39-** Mcmanus DE. Reiki is better than placebo and has broad potential as a complementary health therapy. *J Evid Based Complementary Altern Med.* 2017; 22(4):1051-1057. doi: 10.1177/2156587217728644.
- 40-** Sahi RS, Dieffenbach MC, Gan S, Lee M, Hazlett LI, Burns SM, Lieberman MD, Shamay-Tsoory SG, Eisenberger NI. The comfort in touch: Immediate and lasting effects of handholding on emotional pain. *PLoS One.* 2021 Feb 9;16(2):e0246753. doi: 10.1371/journal.pone.0246753.
- 41-** Fazzino DL, Griffin MT, McNulty RS, Fitzpatrick JJ. Energy healing and pain: a review of the literature. *Holist Nurs Pract.* 2010 Mar-Apr;24(2):79-88. doi: 10.1097/HNP.0b013e3181d39718. PMID: 20186018.
- 42-** Whelan KM, Wishnia GS. Reiki therapy: the benefits to a nurse/Reiki practitioner. *Holist Nurs Pract.* 2003 Jul-Aug;17(4):209-17. doi: 10.1097/00004650-200307000-00008. PMID: 12889549.
- 43-** Tsang KL, Carlson LE, Olson K. Pilot crossover trial of Reiki versus rest for treating cancer-related fatigue. *Integr Cancer Ther.* 2007; 6(1): 25-35. doi: 10.1177/1534735406298986.
- 44-** Avşar, E. & Çelik, S. Türkiye’de Reiki Uygulaması İle İlgili Yapılan Lisansüstü Hemşirelik Tezlerinin İncelenmesi . *Black Sea Journal of Health Science.* 2023; 6 (2): 240-245 . doi: 10.19127/bshealthscience.1196327
- 45-** Musal Nazmi M. 1.Derece Uygulamalı Reiki. 1’inci Baskı. İstanbul: Akis Yayınları.2005;s. 1-320.
- 46-** Bremner MN, Blake BJ, Wagner VD, Pearcey SM. Effects of Reiki With Music Compared to Music Only Among People Living With HIV. *J Assoc Nurses AIDS Care.* 2016 Sep-Oct;27(5):635-47. doi: 10.1016/j.jana.2016.04.004.

- 47-** Sagkal Midilli T, Ciray Gunduzoglu N. Effects of reiki on pain and vital signs when applied to the incision area of the body after cesarean section surgery: a single-blinded, randomized, double-controlled study. *Holist Nurs Pract.* 2016;30(6):368-378. doi: 10.1097/HNP.000000000000172.
- 48-** Arslan Öİ, Okumuş H. Bakım ve İyileşmenin Kesiştiği Bir Model: Watson'ın İnsan Bakım Modeli. *Turkish Journal of Research Development in Nursing*, 2012, 2: 61- 72.
- 49-** Vitale A. Nurses' lived experience of Reiki for self-care. *Holist Nurs Pract.* 2009; 23(3):129-41, 142-5;146-7. doi: 10.1097/01.HNP.0000351369.99166.75.
- 50-** Bolton K. Nightingale's Philosophy in Nursing Practice. In: Alligood MR, Tomey AM (eds). *Nursing Theory Utilization and Application*, 2 nd ed. United States of America, Mosby, 2002: 83-97.
- 51-** Zins S, Hooke MC, Gross CR. Reiki for Pain During Hemodialysis: A Feasibility and Instrument Evaluation Study. *J Holist Nurs.* 2019 Jun;37(2):148-162. doi: 10.1177/0898010118797195.
- 52-** Bondi A, Morgan T, Fowler SB. Effects of Reiki on Pain and Anxiety in Women Hospitalized for Obstetrical- and Gynecological-Related Conditions. *J Holist Nurs.* 2021;39(1):58-65. doi: 10.1177/0898010120936437.
- 53-** Demir Doğan M. The Effect Of Reiki On Pain: A Meta-Analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2018;31:384-387. doi: 10.1016/J.Ctcp.2018.02.020.
- 54-** Özcan Yüce U, Taşcı S. Effect Of Reiki On The Stress Level Of Caregivers Of Patients With Cancer: Qualitative And Single-Blind Randomized Controlled Trial. *Complement Ther Med.* 2021;58:102708. doi: 10.1016/J.Ctim.2021.102708.
- 55-** Bayülgen MY. Hemodiyaliz hastalarında reikinin yorgunluk ve konfor düzeyine etkisi. [Doktora tezi]. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2022.
- 56-** Ferraz GAR, Rodrigues MRK, Lima SAM, Lima MAF, Maia GL, Pilan CA Neto, Omodei MS, Molina AC, El Dib R, Rudge MVC. Is reiki or prayer effective in relieving pain during hospitalization for cesarean? A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Sao Paulo Med J.* 2017;135(2):123-132. doi: 10.1590/1516-3180.2016.0267031116.

- 57-** Utli H, Dinç M, Utli MDA. The effect of acupressure or reiki interventions on the levels of pain and fatigue of cancer patients receiving palliative care: A randomized controlled study. Explore (NY). 2023 Jan-Feb;19(1):91-99. doi: 10.1016/j.explore.2022.11.007.